

Научная статья
УДК 159.9
DOI: 10.20323/1813-145X-2024-3-138-176
EDN: OYBVME

Обзор психодиагностических инструментов для исследования психологического и профессионального благополучия

Елена Алексеевна Вакарина

Ассистент и аспирант кафедры общей и социальной психологии, Тюменский государственный университет. 625003, Тюмень, ул. Володарского, 6
e.a.vakarina@utmn.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3508-8690>

Аннотация. Цель исследования – выявить возможности и ограничения психодиагностических инструментов для исследования психологического и профессионального благополучия. Психологическое и профессиональное благополучие оказывают влияние на психическое и физическое здоровье, удовлетворенность качеством жизни, продуктивность человека, его работоспособность, которые являются неотъемлемыми составляющими комфортной жизни. Их поддержание становится возможным при создании определенных условий. Для этого уточняются существующие концепции и разрабатываются психодиагностические инструменты.

В статье рассмотрены наиболее востребованные психодиагностические инструменты для измерения психологического и профессионального благополучия. Исследователи придерживаются как традиционных (гедонистического и эвдемонистического), так и эклектического подходов при диагностике психологического благополучия. Критериями для измерения психологического благополучия являются оценка общего уровня благополучия, счастья, а также субъективного уровня удовлетворенности и качества жизни. Профессиональное благополучие находится на начальной стадии изучения в отличие от психологического благополучия, поэтому наблюдается существенное расхождение в определении понятия и инструментов, с помощью которых осуществляется его измерение. Критериями для диагностики профессионального благополучия стали оценка уровня благополучия в профессиональной сфере, удовлетворенности трудовой жизнью и психосоциальной рабочей среды.

Обзор исследований показывает, что имеющиеся методики являются относительно валидными и надежными. Однако не все психодиагностические инструменты адаптированы и апробированы на русскоязычной выборке. Ряд методик находится в закрытом доступе и не переведен на основные языки мира. Эти ограничения становятся препятствием в их применении и проведении эмпирической проверки. Слабые стороны методик позволяют учитывать их при подборе и дальнейшем использовании в качестве психодиагностических инструментов.

Ключевые слова: психологическое благополучие; профессиональное благополучие; психодиагностика; оценка; методики; обзор; инструменты; психология личности

Для цитирования: Вакарина Е. А. Обзор психодиагностических инструментов для исследования психологического и профессионального благополучия // Ярославский педагогический вестник. 2024. № 3 (138). С. 176–184. <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2024-3-138-176>. <https://elibrary.ru/OYBVME>

Original article

Review of psychodiagnostic tools to study psychological and professional well-being

Elena A. Vakarina

Assistant and post-graduate student at department of general and social psychology, Tyumen state university. 625003, Tyumen, Volodarsky st., 6
e.a.vakarina@utmn.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3508-8690>

Abstract. The purpose of the study is to identify the possibilities and limitations of psychodiagnostic tools to study psychological and professional well-being. Psychological and occupational well-being have impact on mental and physical health, satisfaction with the quality of life, human productivity and performance, which are integral components of comfortable life. Their maintenance becomes possible when certain conditions are created. For this purpose, existing concepts are clarified and psychodiagnostic tools are developed.

The most popular psychodiagnostic tools for measuring psychological and occupational well-being are considered. Researchers adhere to both traditional (hedonistic and eudemonistic) and eclectic approaches in diagnosing psychological well-being. The criteria for measuring psychological well-being are assessment of the general level of well-being, happiness, as well as the subjective level of satisfaction and quality of life. Occupational well-being is at the initial stage of study in contrast to psychological well-being, so there is significant discrepancy in defining the concept and the tools with the help of which its measurement is carried out. The criteria for diagnosing occupational well-being were the assessment of the level of well-being in the professional sphere, satisfaction with working life and psychosocial working environment.

The review of studies shows that the available methodologies are relatively valid and reliable. However, not all psychodiagnostic tools have been adapted and tested on a Russian-speaking sample. A number of techniques are not available in the main languages of the world. These limitations become an obstacle in their application and empirical testing. The weakest points of the methods allow us to take them into account when selecting and further using them as psychodiagnostic tools.

Key words: psychological well-being; occupational well-being; psychodiagnosics, assessment, techniques, overview, tools, personality psychology

For citation: Vakarina E. A. Review of psychodiagnostic tools to study psychological and professional well-being. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2024; (3): 176-184. (In Russ.). <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2024-3-138-176>. <https://elibrary.ru/OYBVME>

Введение

Проблемы благополучия личности и поиска способов ее позитивного функционирования являются приоритетными направлениями в сохранении психического и физического здоровья человека. Благополучие, по мнению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), является самостоятельной многомерной категорией, в которую включены как субъективные, так и объективные факторы, окружающие человека [Измерение..., 2012]. Здоровье, ощущение счастья, гармонии, удовлетворенность качеством жизни, личностный и профессиональный рост служат основными компонентами комфортной жизни человека [Бонивелл, 2009]. Исследователи в области психологии продолжают изучать благополучие, а именно его виды – психологическое и профессиональное. Происходит кристаллизация понятий посредством уточнения имеющихся концепций, а также разработки соответствующего психодиагностического инструментария.

Психологическое благополучие рассматривают в рамках сложившихся научных традиций – гедонистического и эвдемонистического подходов. Гедонистический подход сосредоточен, прежде всего, на оценке удовлетворенности собственной жизнью, а также получении удовольствия [Inglehart, 1997; Bradburn, 1969]. В большинстве своем исследуется субъективное благополучие, которое основано на соотношении личных переживаний человека – позитивных и негативных [Bradburn, 1969]. Субъективное благополучие, по мнению Р. М. Шамионова и

Т. В. Бесковой, – динамичный процесс, потому что состояния непрерывно сменяют друг друга [Шамионов, 2018].

В свою очередь, эвдемонистический подход изучает психологическое благополучие как широкое понятие, сравнимое со счастьем. При этом М. Р. Seligman предлагает отказаться от самого понятия о счастье, так как оно ограничивается лишь получением удовольствия [Seligman, 2012]. Тем не менее, последователи эвдемонизма определяют психологическое благополучие как системное качество, позволяющее человеку позитивно функционировать и выстраивать гармоничные отношения как с самим собой, так и окружающими [Ryff, 1995; Deci, 1972].

Профессиональное благополучие, как и психологическое, оказывает влияние на продуктивность человека, его работоспособность, психическое и физическое здоровье. Например, Р. А. Березовская, Ю. П. Поваренков и др. занимались изучением профессионального благополучия как состояния, отражающее положительное отношение человека к выполняемой деятельности [Березовская, 2016; Поваренков, 2002]. Данный вид благополучия предстает осознанным процессом, в котором сочетаются профессиональная идентичность и непосредственное отношение к выбранной профессии (деятельности) [Поваренков, 2002].

В условиях социально-политической и экономической нестабильности становится актуальным сохранение и улучшение показателей здоровья и благополучия, которые способствуют устойчивому становлению личности, ее полноценному вкладу в развитие общества. Для поддержания психологического и профессионально-

го благополучия следует создавать определенные условия, то есть разрабатывать программы с учетом индивидуальных особенностей человека. Следовательно, изучение психологического и профессионального благополучия предполагает не только уточнение концепций и их теоретического обоснования, но и разработку корректного психодиагностического инструментария. Цель исследования – выявить возможности и ограничения психодиагностических инструментов для исследования психологического и профессионального благополучия.

Материалы и методы исследования

Проведен анализ научных публикаций, релевантных теме данного исследования. Рассмотрены наиболее распространенные психодиагностические инструменты для измерения психологического и профессионального благополучия. Распределение инструментов по соответствующим

группам проводилось на основе выделенных критериев, которые позволяют выявить наличие/отсутствие определенных индикаторов (параметров) благополучия.

Результаты и их обсуждение

Изучение психодиагностических инструментов показало, что исследователи придерживаются гедонистического и эвдемонистического подходов при измерении психологического благополучия. Гедонистический подход направлен на исследование эмоциональных переживаний, а эвдемонистический, в свою очередь, опирается на изучение ощущения счастья, личностной целостности и внутреннего равновесия [Осин, Леонтьев, 2020; Куликов, 2000]. В Таблице 1 представлены методики, позволяющие оценить качество жизни, уровень благополучия, счастья и удовлетворенности.

Таблица 1.

Психодиагностические инструменты для измерения психологического благополучия

№	Критерий для измерения	Индикаторы	Психодиагностический инструмент
1.	Оценка общего уровня благополучия	Параметры благополучия	Шкала психологического благополучия К. Рифф: - адаптация Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко (2005) [Швеленкова, 2005]; - адаптация Н. Н. Лепешинского (2007) [Лепешинский, 2007]; - адаптация Л. В. Жуковской, Е. Г. Трошихиной (2011) [Жуковская, 2011]; - модификация Д. Г. Орловой (2016) [Орлова, 2016]; PERMA-Profilер (J. Butler, M. L. Kern, 2016) / Опросник благополучия PERMA-Profilер (адаптация О. М. Исаевой, А. Ю. Акимовой, Е. Н. Волковой, 2022) [Исаева, 2022].
2.	Оценка субъективного уровня счастья	Позитивные и негативные переживания	Subjective Happiness Scale (SHS, S. Lyubomirsky, H. Lepper, 1999) / Шкала субъективного счастья С. Любомирски (ШСС, адаптация Д. А. Леонтьева, 2003) [Lyubomirsky, Lepper, 1999; Осин, 2020].
3.	Оценка субъективного уровня удовлетворенности		Satisfaction with life scale (SWLS, E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, S. Griffin, 1985) / Шкала удовлетворенностью жизнью (ШУДЖ, адаптация Е. Н. Осина, Д. А. Леонтьева, 2003) [Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985; Осин, 2020].
4.	Оценка качества жизни	Сферы жизнедеятельности	Oxford Happiness Inventory (ОИ, M. Argyle, 1980-e) / Оксфордский опросник счастья [Нехорошева, 2022]; Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire (Q-LES-Q, J. Endicott, 1993)/Опросник качества жизни и удовлетворенности (КЖУ, адаптация Е. И. Рассказовой, 2012) [Endicott, Nee, Harrison, Blumenthal, 1993; Рассказова, 2012]; Опросник качества жизни Всемирной организации здравоохранения (ядерный модуль, ВОЗКЖ-100, 2003) [Russian_WHOQOL-100]; The Personal Wellbeing Index (PWI) / Индекс личного (персонального) благополучия (2013) [International Wellbeing Group, 2013]; The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS, R. Tennant, 2006) / Шкала психического благополучия Уорика-Эдинбурга [Tennant et al., 2007].

В первую группу входят методики, которые измеряют параметры благополучия. Исследователи опираются на ранее разработанные модели психологического благополучия, например, опросник Perma-Profilер, (J. Butler, M. L. Kern), который адаптирован О. М. Исаевой,

А. Ю. Акимовой, Е. Н. Волковой [Исаева, 2022]. В основе данной методики «Теория благополучия» М. Р. Seligman и его модель, включающая позитивные эмоции – счастье и удовлетворенность жизнью (Positive Emotion), вовлеченность (Engagement), взаимоотношения (Relationships),

смысл (Meaning) и достижения (Achievement) [Seligman, 2012]. Несмотря на то, что адаптацией методики занимались в различных странах (Россия, Австралия, Италия, Великобритания и т. д.), исследователи не пришли к единому мнению о валидности данной методики [Исаева, 2022]. Например, при адаптации русскоязычной версии в выборке испытуемых преобладают лица от 18 до 35 лет, а также наблюдается неравномерное распределение респондентов по полу. Данные ограничения могут стать следствием неточности выводов, о чем упоминают разработчики адаптации [Исаева, 2022]. Не менее популярной в научной среде является «Шкала психологического благополучия» в адаптации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко, а также Н. Н. Лепешинского, Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной, Д. Г. Орловой, в основе которой теоретически обоснованная модель психологического благополучия, предложения К. Рифф [Шевеленкова, 2005; Лепешинский, 2007; Жуковская, 2011; Орлова, 2016; Ryff, Singer, 2008; Ryff, 1995]. По мнению Д. Г. Орловой, в методике преобладают вопросы низкого уровня сложности, а, следовательно, шкала обладает низкими психометрическими свойствами [Орлова, 2016]. Помимо ограничений, выделенных Д. Г. Орловой, другие исследователи (например, D. Van Dierendonck, R. A. Burns и др.) нашли указания в показателях валидности, что подшкалы опросника не отражают шесть параметров модели психологического благополучия К. Рифф [Van Dierendonck, 2004; Van Dierendonck et al, 2008; Burns, 2009; Springer, Hauser, 2006]. Поэтому по-прежнему остаются не проясненными моменты, насколько «Шкала психологического благополучия» К. Рифф является пригодным инструментом для измерения психологического благополучия, так как следует уточнять отдельные пункты методики и адаптировать под особенности выборки с учетом менталитета, возраста, пола, ведущей деятельности и т. д.

Во вторую группу входят методики, измеряющие позитивные и негативные переживания. «Subjective Happiness Scale» (SHC) была предло-

жена S. Lyubomirsky, H. Lepper, впоследствии адаптирована в России [Lyubomirsky, Lepper, 1999; Осин, 2020]. Эта методика дает представление об интенсивности и частоте аффективных переживаний. «Satisfaction with life scale» (SWLS), авторами которой являются E. Diener, R. A. Emmons, R. J. Larsen, S. Griffin, адаптирована на русскоязычной выборке Е. Н. Осиним и Д. А. Леонтьевым; позволяет измерить общий уровень субъективного благополучия и рефлексивно-оценочные компоненты удовлетворенности жизнью [Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985; Осин, 2020]. «Satisfaction with life scale» (SWLS) аналогична «Subjective Happiness Scale» (SHC), но отличие заключается в том, что SWLS можно применять как для кросс-культурных, так и межгрупповых исследований.

К третьей группе относятся методики, в основе которых изучение различных сфер жизнедеятельности. Стоит отметить, что большинство разработчиков, которые стараются охватить широкий спектр индикаторов, не придерживаются конкретных теоретических оснований, а предпочитают эклектический подход. Например, «Индекс личного благополучия» (The Personal Wellbeing Index, PWI) опирается на представление об общей удовлетворенности жизнью. Методика эмпирически подтверждена, но не переведена на основные языки мира, соответственно, это ограничение затрудняет ее применение на различных выборках [International Wellbeing Group, 2013].

Несмотря на популярность и распространенность вышеуказанных методик, они имеют ряд ограничений. Выделенные пробелы становятся препятствием в их применении, но в тоже время это дает возможность исследователям корректнее подбирать инструменты для диагностики психологического благополучия.

В Таблице 2 представлены методики, позволяющие оценить удовлетворенность трудовой жизнью, уровень профессионального благополучия и психосоциальную рабочую среду.

Таблица 2.

Психодиагностические инструменты для измерения профессионального благополучия

№	Критерий для измерения	Индикаторы	Психодиагностический инструмент
1.	Оценка удовлетворенности трудовой жизнью	Аспекты трудового процесса	The Minnesota Satisfaction Questionnaire (MSQ, 1967/1977) [Weiss et al., 1967; Иванова, 2012]; Utrecht Work Engagement (UWES, W. Schaufeli, A. Bakker, 2002) / «Утрехтская шкала увлеченности работой» (адаптация Д. А. Кутузовой, 2006) [Мандрикова, 2012]; «Эдинбургские опросники» (Дж. Равен, 2002) / Методика «Качество трудовой жизни» (КТЖ, модификация В. Б. Рябова, 2019) [Рябов, 2019]; Опросник удовлетворенности трудом (Т. Ю. Иванова, Е. И. Рассказова, Е. Н. Осин, 2012) [Иванова, 2012].

№	Критерий для измерения	Индикаторы	Психодиагностический инструмент
2.	Оценка уровня профессионального благополучия	Параметры благополучия в профессиональной сфере	Первичная версия методики оценки профессионального благополучия (МОПБ, Е. И. Рут, Л. И. Августова, 2016) [Рут, 2017].
3.	Оценка психосоциальной рабочей среды	Психосоциальные факторы	Organizational Commitment Questionnaire (OCQ, L. Porter, 1974) [Иванова, 2012]; Опросник поведения и переживания, связанного с работой (AVEM, U. Schaarschmidt, A. W. Fischer, адаптация Т. И. Ронгинской, 2002) [Ронгинская, 2016]; Self-Perceived Employability Scale (A. Rothwell, J. Arnold, 2008) / Опросник самовосприятия трудоспособности (адаптация А. Ю. Смирновой, 2021) [Смирнова, 2021]; Occupational Health and Well-being Questionnaire (OHWQ, M. Truchon, M. Gilbert-Ouimet, A. Zahiriharsini, M. Beaulieu, G. Daigle, L. Langlois, 2022) [Truchon, et al, 2022].

В первую группу методик входят опросники, которые дают представление об уровне удовлетворенности трудовым процессом, его качеством, а также условиями рабочей среды. Например, Миннесотский опросник (MSQ) основан на теории рабочего регулирования (The Theory of Work Adjustment) и разработан исследователями из Миннесотского университета (D. J. Weiss, R. V. Dawis, G. W. England, L. H. Lofquist) [Weiss et al., 1967; Иванова, 2012]. Данный опросник показывает взаимодействие элементов одной системы, в которую входят организация и непосредственно сам работник. Однако, есть существенные ограничения для активного использования в исследовательских и практических целях – во-первых, количество вопросов (в полной версии – 100). Соответственно, сбор и обработка данных потребует затраты достаточно большого объема времени. Во-вторых, методика не переведена и не адаптирована на другие основные языки мира.

«Утрехтская шкала увлеченности работой» (UWES, W. Schaufeli и A. Bakker) в адаптации Д. А. Кутузовой оценивает степень погруженности в рабочий процесс [Мандрикова, 2012]. Методика включает пункты неоднозначного характера, что может существенно отразиться на достоверности результатов исследования. «Эдинбургские опросники» (Дж. Равен) основываются на модели удовлетворенности Ф. Герцберга и предлагают оценить качество трудовой деятельности, ее виды и ожидаемые последствия [Рябов, 2019]. Модификация методики, предложенная В. Б. Рябовым на основе разработанной им модели субъективного качества трудовой жизни, не апробирована, а также не проверены психометрические показатели. Следовательно, выводы о надежности методики и ее последующем применении можно будет

сделать после психометрической проверки. В свою очередь, опросник удовлетворенности трудом Т. Ю. Ивановой, Е. И. Рассказовой, Е. Н. Осина, базирующийся на основе опросника удовлетворенности А. В. Батаршева, является валидным, но, по утверждению авторов, нуждается в дополнении и уточнении [Иванова, 2012].

Ко второй группе относится «Первичная версия методики оценки профессионального благополучия» (МОПБ, Е. И. Рут, Л. И. Августова), которая измеряет непосредственно параметры профессионального благополучия [Рут, 2017]. Психодиагностический инструмент является симметричной модификацией «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной [Жуковская, 2011; Рут, 2017]. Е. И. Рут и Л. И. Августова эмпирически проверили «МОПБ» и получили высокие психометрические показатели, но стоит учитывать, что в их исследовании принимали участие преимущественно женщины. Также адаптация методики Л. В. Жуковской и Е. Г. Трошихиной не стандартизирована на выборке мужчин, что указывает на ограничения, которые стоит взять во внимание при измерении уровня профессионального благополучия [Жуковская, 2011; Рут, 2017].

В третьей группе методик собраны инструменты, измеряющие психосоциальные факторы рабочей среды (здоровье, психологический климат, безопасность внутри организации и т. д.). Так, «Organizational Commitment Questionnaire» (OCQ), «Опросник поведения и переживания, связанного с работой» (AVEM), «Опросник самовосприятия трудоспособности» (Self-Perceived Employability Scale) помогают оценить особенности отношения к организации (компании), определить тип и стиль поведения в различных рабочих ситуациях, свою конкурентоспособность и др. Например,

«Occupational Health and Well-being Questionnaire» (OHWQ), разработанный M. Truchon, M. Gilbert-Ouimet, A. Zahiriharsini, M. Beaulieu, G. Daigle, L. Langlois позволяет определить влияние психосоциальных факторов на психическое и физическое здоровье [Truchon et al., 2022]. Методика может быть использована для разработки плана действий по совладанию со стрессом, связанным с трудовой деятельностью. Однако, есть ограничения в использовании инструмента: методика не апробирована на русскоязычной выборке.

Психодиагностические инструменты, которые применяются при измерении профессионального благополучия, охватывают аспекты, связанные с профессией, трудовой деятельностью и рабочей средой, то есть формируется достаточно широкое поле для изучения явления. Вместе с тем наблюдается разнообразие взглядов на определение самого понятия «профессиональное благополучие», из-за чего концепции, теоретически обоснованные, порой вступают в противоречие с эмпирическими выводами и наоборот [Рут, 2016]. Данное затруднение вызвано тем, что исследователи не пришли к единому мнению о том, что подразумевает под собой профессиональное благополучие, отсюда возникает методологическая проблема. Вследствие чего, психодиагносты-разработчики делают попытки определить границы понятия экспериментальным путем. В таком случае следует учитывать, что содержание критериев благополучия в профессиональной среде будет определяться характеристиками респондента (здоровье, образ жизни и т. д.), особенностями выполняемой деятельности (реализация, польза и др.), карьерными аспектами (потребности организации, условия, рабочая среда, климат и т. д.) [Лисовская, 2021].

Заключение

Проведя краткий обзор психодиагностических инструментов, измеряющих психологическое и профессиональное благополучие, можно сделать следующие выводы:

1. При измерении психологического благополучия психодиагносты-разработчики придерживаются гедонистического, эвдемонистического и эклектического подходов. При изучении профессионального благополучия исследователи придерживаются концепций, которые связаны с трудовой деятельностью, рабочей средой, а также проводят аналогии с моделями психологического благополучия.

2. Исследователи не всегда учитывают особенности выборки. Например, выборка не отве-

чает требованиям генеральной совокупности (не достаточна по численности, неравное распределение по полу и возрасту и т. д.).

3. Иногда при апробации психодиагностических инструментов не берутся во внимание культурные особенности участников исследования (к примеру, мироощущение отдельных групп и др.). Вследствие чего, некоторые пункты методик могут восприниматься респондентами неоднозначно, что приводит к вероятности искажения результатов исследования.

4. Ряд методик по-прежнему не адаптирован и не апробирован на русскоязычной выборке, так как на данный момент не осуществлен их перевод на основные языки мира.

Таким образом, на данном этапе развития науки исследователи в области психологии стараются кристаллизовать понятия «психологическое благополучие» и «профессиональное благополучие», обозначить их место, критерии для измерения путем обоснования концепций и эмпирической проверки. Диагностика психологического и профессионального благополучия предполагает разработку корректных инструментов или создание альтернативных версий, которые будут отвечать требованиям валидности и надежности. Вследствие чего, будет продолжаться развитие исследований, направленных на изучение данных явлений.

Библиографический список

1. Березовская Р. А. Профессиональное благополучие: проблемы и перспективы психологических исследований // Психологические исследования. 2016. Т. 9, № 45. С. 2. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 15.01.2024).
2. Бонивелл И. Ключи к благополучию: Что может позитивная психология / пер. с англ. М. Бабичевой. Москва : Время, 2009. 192 с.
3. Жуковская Л. В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л. В. Жуковская, Е. Г. Трошихина // Психологический журнал. 2011. Т. 32, № 2. С. 82–93.
4. Иванова Т. Ю. Структура и диагностика удовлетворенности трудом: разработка и апробация методики / Т. Ю. Иванова, Е. И. Рассказова, Е. Н. Осин // Организационная психология. 2012. Т. 2, № 3. С. 2–15.
5. Измерение показателей и постановка целевых ориентиров в области благополучия: инициатива Европейского регионального бюро ВОЗ. Второе совещание группы экспертов. URL: <https://docs.yandex.ru/docs/> (дата обращения: 15.01.2024).
6. Исаева О. М. Опросник благополучия PERMA-Profiler: апробация русскоязычной версии / О. М. Исаева, А. Ю. Акимова, Е. Н. Волкова // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13, № 3. С. 116–133. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308>

7. Куликов Л. В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // *Общество и политика* / ред. В. Ю. Большаков. Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2000. С. 476–510.
8. Лепешинский Н. Н. Адаптация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф // *Психологический журнал*. 2007. № 3. С. 24–37.
9. Лисовская А. Ю. Основные подходы к пониманию благополучия сотрудника: от теории к практике / А. Ю. Лисовская, С. В. Кошелева, Д. Н. Соколов, А. Ф. Денисов // *Организационная психология*. 2021. Т. 11, № 1. С. 93–112.
10. Мандрикова Е. Ю. Взаимосвязь увлеченности работой, личностных ресурсов и удовлетворенности трудом сотрудников / Е. Ю. Мандрикова, А. А. Горбунова // *Организационная психология*. 2012. Т. 2, № 4. С. 2–22.
11. Нехорошева И. В. Психометрические показатели «Оксфордского» опросника счастья» Oxford Happiness Inventory // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2022. Т. 10, № 2. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49186723> (дата обращения: 06.01.2024).
12. Орлова Д. Г. Оценка психометрического качества и модификация опросника «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф // *Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика*. 2016. Т. 26 (3). С. 53–62.
13. Осин Е. Н. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ / Е. Н. Осин, Д. А. Леонтьев // *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*. № 1 (155). 2020. С. 117–142. DOI:10.14515/monitoring.2020.1.06
14. Поваренков Ю. П. Психологическое содержание профессионального становления человека. Москва : Изд-во Университета Российской академии образования, 2002. 159 с.
15. Рассказова Е. И. Методика оценки качества жизни и удовлетворенности: психометрические характеристики русскоязычной версии // *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2012. № 9 (4). С. 81–90.
16. Ронгинская Т. И. Специфика синдрома выгорания в профессиях с высоким уровнем стресса // *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*. 2016. № 2. С. 107–121. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2016.212
17. Рут Е. И. Профессиональное благополучие сотрудников коммерческих организаций: критерии и методика оценки / Е. И. Рут, Л. И. Августова // *Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ*. 2017. Т. 5. С. 72–78.
18. Рут Е. И. Критерии профессионального благополучия: анализ социальных представлений / Е. И. Рут, Р. А. Березовская // *Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: результаты и перспективы развития*. Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. С. 2506–2513.
19. Рябов В. Б. Разработка методики диагностики субъективного качества трудовой жизни // *Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда*. 2019. Т. 4, № 1. С. 111–130.
20. Смирнова А. Ю. Апробация русскоязычной версии методики самовосприятия трудоспособности // *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2021. Т. 18, № 4. С. 664–684. DOI: 10.17323/1813-8918-2021-4-664-684
21. Шамионов Р. М. Методика диагностики субъективного благополучия личности / Р. М. Шамионов, Т. В. Бескова // 2018. Т. 11, № 60. С. 8.
22. Швеленкова Т. Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т. Д. Швеленкова, П. П. Фесенко // *Психологическая диагностика*. 2005. № 3. С. 95–129.
23. Bradburn N. M. *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Publishing Company, 1969. 319 p.
24. Burns R. A., Machin M. A. Investigating the structural validity of Ryff's Psychological Well-being Scales Across Two Samples // *Social Indicators Research*. 2009. Vol. 93 (2). P. 359-375. DOI: 10.1007/s11205-008-9329-1
25. Deci E. L. The Effects of Contingent and Noncontingent Rewards and Controls on Intrinsic Motivation // *Organizational Behavior and Human Performance*. 1972. № 8. P. 217–229.
26. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. The Satisfaction With Life Scale // *Journal of Personality Assessment*, 1985. Vol. 49 (1). P. 71–75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13
27. Endicott J, Nee J, Harrison W, Blumenthal R. Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire: A New Measure // *Psychopharmacology Bulletin*. 1993. № 29. P. 321–326.
28. Inglehart R. *Modernization and Postmodernization: Cultural, Economic, and Political Change in 43 Societies*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1997. 453 p.
29. International Wellbeing Group. *Personal Wellbeing Index: 5th Edition*. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University, 2013. 39 p.
30. Lyubomirsky S., Lepper H. S. A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation // *Social Indicators Research*. 1999. Vol. 46. P. 137-155. DOI:10.1023/A: 1006824100041
31. Ryff C. D. Psychological Well-Being in Adult // *Current Directions in Psychological Science*. 1995. Vol. 4. № 4. P. 99–104. DOI:10.1111/1467-8721.EP10772395
32. Ryff C. D., Singer B. H. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being // *Journal of Happiness Studies*. 2008. Vol. 9 (1). P.13–39. DOI:10.1007 / s10902-006-9019-0
33. Russian_WHOQOL-100 // World Health Organization: сайт. URL: <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-100/docs/> (дата обращения: 26.12.2023).
34. Seligman M. P. *Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. New York: Simon & Schuster, 2012. 372 p.
35. Springer K. W., Hauser R. M. An Assessment of the Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being: Method, Mode, and Measurement Effects // *Social*

- Science Research. 2006. Vol. 35 (4). P. 1080–1102. DOI: 10.1016/j.ssrresearch.2005.07.004
36. Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., Stewart-Brown S. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation // *Health Qual Life Outcomes*. 2007. Vol. 5 (1). P. 63–76. DOI:10.1186/1477-7525-5-63
37. Truchon M., Gilbert-Ouimet M., Zahirihsini A., Beaulieu M., Daigle G., Langlois L. Occupational Health and Well-being Questionnaire (OHWQ): an Instrument to Assess Psychosocial Risk and Protective Factors in the Workplace // *Public Health*. 2022. Vol. 210 (1). P. 48-57. DOI:10.1016/j.puhe.2022.06.008
38. Van Dierendonck D. The Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its Extension with Spiritual Well-being // *Personality and Individual Differences*. 2004. Vol. 36 (3). P. 629–643. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00122-3
39. Van Dierendonck D., Díaz D., Rodríguez- Carvajal R., Blanco A., Moreno-Jimenez B. Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-being, A Spanish Exploration // *Social Indicators Research*. 2007. Vol. 87 (3). P. 473–479. DOI: 10.1007/s11205-007-9174-7
40. Weiss D. J., Dawis R. V., England G. W., Lofquist L. H. Manual for the Minnesota Satisfaction Questionnaire. Minnesota Studies in Vocational Rehabilitation (Whole №. XXII), 1967. 119 p.
- Reference list**
1. Berezovskaja R. A. Professional'noe blagopoluchie: problemy i perspektivy psihologicheskikh issledovanij = Professional well-being: problems and prospects of psychological research // *Psihologicheskie issledovanija*. 2016. T. 9, № 45. S. 2. URL: <http://psystudy.ru> (data obrashhenija: 15.01.2024).
2. Bonivell I. Kljuchi k blagopoluchiju: Chto mozhet pozitivnaja psihologija = Keys to wellbeing: What positive psychology can do / per. s angl. M. Babichevoj. Moskva : Vremja, 2009. 192 s.
3. Zhukovskaja L. V. Shkala psihologicheskogo blagopoluchija K. Riff = K. Rieff psychological well-being scale / L. V. Zhukovskaja, E. G. Troshihina // *Psihologicheskij zhurnal*. 2011. T. 32, № 2. S. 82–93.
4. Ivanova T. Ju. Struktura i diagnostika udovletvorenosti trudom: razrabotka i aprobacija metodiki = Structure and diagnostics of work satisfaction: development and testing of the methodology / T. Ju. Ivanova, E. I. Rasskazova, E. N. Osin // *Organizacionnaja psihologija*. 2012. T. 2, № 3. S. 2–15.
5. Izmerenie pokazatelej i postanovka celevykh orientirov v oblasti blagopoluchija: iniciativa Evropejskogo regional'nogo bjuro VOZ. Vtoroe soveshhanie gruppy jekspertov = Measuring and targeting well-being: an initiative of the WHO Regional Office for Europe. Second Expert Group Meeting. URL: <https://docs.yandex.ru/docs/>(data obrashhenija: 15.01.2024).
6. Isaeva O. M. Oprosnik blagopoluchija PERMA-Profiler: aprobacija ruskoyazychnoj versii = PERMA-Profiler: Russian Testing / O. M. Isaeva, A. Ju. Akimova, E. N. Volkova // *Social'naja psihologija i obshhestvo*. 2022. T. 13, № 3. S. 116–133. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308>
7. Kulikov L. V. Determinanty udovletvorenosti zhizn'ju = Determinants of life satisfaction // *Obshhestvo i politika* / red. V. Ju. Bol'shakov. Sankt-Peterburg : Izd-vo Sankt-Peterburgskogo un-ta, 2000. S. 476–510.
8. Lepeshinskij N. N. Adaptacija oprosnika «Shkaly psihologicheskogo blagopoluchija» K. Riff = Adaptation of the questionnaire «Scales of psychological well-being» K. Rieff // *Psihologicheskij zhurnal*. 2007. № 3. S. 24–37.
9. Lisovskaja A. Ju. Osnovnye podhody k ponimaniu blagopoluchija sotrudnika: ot teorii k praktike = Basic approaches to understanding employee well-being: from theory to practice / A. Ju. Lisovskaja, S. V. Kosheleva, D. N. Sokolov, A. F. Denisov // *Organizacionnaja psihologija*. 2021. T. 11, № 1. S. 93–112.
10. Mandrikova E. Ju. Vzaimosvjaz' uvlechennosti rabotoj, lichnostnyh resursov i udovletvorenosti trudom sotrudnikov = Interrelation of passion for work, personal resources and employee satisfaction / E. Ju. Mandrikova, A. A. Gorbunova // *Organizacionnaja psihologija*. 2012. T. 2, № 4. S. 2–22.
11. Nehorosheva I. V. Psihometricheskie pokazateli «Oksfordskogo» oprosnika schast'ja» Oxford Happiness Inventory = Psychometric indicators of the Oxford Happiness Inventory // *Mir nauki. Pedagogika i psihologija*. 2022. T. 10, № 2. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49186723> (data obrashhenija: 06.01.2024).
12. Orlova D. G. Ocenka psihometricheskogo kachestva i modifikacija oprosnika «Shkaly psihologicheskogo blagopoluchija» K. Riff = Assessment of psychometric quality and modification of the questionnaire «Scales of psychological well-being» K. Rieff // *Vestnik Udmurtskogo universiteta. Serija Filosofija. Psihologija. Pedagogika*. 2016. T. 26 (3). S. 53–62.
13. Osin E. N. Kratkie ruskoyazychnye shkaly diagnostiki subektivnogo blagopoluchija: psihometricheskie harakteristiki i sravnitel'nyj analiz = Brief Russian-language scales of diagnosis of subjective well-being: psychometric characteristics and comparative analysis / E. N. Osin, D. A. Leont'ev // *Monitoring obshhestvennogo mnenija: jekonomicheskie i social'nye peremeny*. № 1 (155). 2020. S. 117–142. DOI:10.14515/monitoring.2020.1.06
14. Povarenkov Ju. P. Psihologicheskoe sodержanie professional'nogo stanovlenija cheloveka = Psychological content of a person's professional development. Moskva : Izd-vo Universiteta Rossijskoj akademii obrazovanija, 2002. 159 s.
15. Rasskazova E. I. Metodika ocenki kachestva zhizni i udovletvorenosti: psihometricheskie harakteristiki ruskoyazychnoj versii = Methodology for assessing quality of life and satisfaction: psychometric characteristics of the Russian version // *Psihologija. Zhurnal Vysšej shkoly jekonomiki*. 2012. № 9 (4). S. 81–90.
16. Ronginskaja T. I. Specifika sindroma vygoranija v professijah s vysokim urovnem stressa = Specificity of burn-out syndrome in high-stress occupations // *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psihologija*. 2016. № 2. S. 107–121. DOI: 10.21638/11701/spbu16.2016.212

17. Rut E. I. Professional'noe blagopoluchie sotrudnikov kommercheskih organizacij: kriterii i metodika ocenki = Professional well-being of employees of commercial organizations: evaluation criteria and methodology / E. I. Rut, L. I. Avgustova // Nauchnye issledovaniya vypusnikov fakul'teta psihologii SPbGU. 2017. T. 5. S. 72–78.
18. Rut E. I. Kriterii professional'nogo blagopoluchija: analiz social'nyh predstavlenij = Criteria for professional well-being: analyzing social perceptions / E. I. Rut, R. A. Berezovskaja // Fundamental'nye i prikladnye issledovaniya sovremennoj psihologii: rezul'taty i perspektivy razvitija. Moskva : Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2017. S. 2506–2513.
19. Rjabov V. B. Razrabotka metodiki diagnostiki subektivnogo kachestva trudovoj zhizni = Development of a diagnostic technique for subjective quality of working life // Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaja psihologija i psihologija truda. 2019. T. 4, № 1. S. 111–130.
20. Smirnova A. Ju. Aprobacija russkojazychnoj versii metodiki samovosprijatija trudospobnosti = Approbation of the Russian version of the method of self-perception of working ability // Psihologija. Zhurnal Vysshej shkoly jekonomiki. 2021. T. 18, № 4. S. 664–684. DOI: 10.17323/1813-8918-2021-4-664-684
21. Shamionov R. M. Metodika diagnostiki sub#ektivnogo blagopoluchija lichnosti = Diagnostic technique for subjective well-being of the individual / R. M. Shamionov, T. V. Beskova // 2018. T. 11, № 60. S. 8.
22. Shevelenkova T. D. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti (obzor osnovnyh koncepcij i metodika issledovaniya) = Psychological well-being of the individual (overview of basic concepts and research methodology) / T. D. Shevelenkova, P. P. Fesenko // Psihologicheskaja diagnostika. 2005. № 3. S. 95–129.
23. Bradburn N. M. The structure of psychological well-being. Chicago: Aldine Publishing Company, 1969. 319 r.
24. Burns R. A., Machin M. A. Investigating the structural validity of Ryff's Psychological Well-being Scales Across Two Samples // Social Indicators Research. 2009. Vol. 93 (2). R. 359–375. DOI: 10.1007/s11205-008-9329-1
25. Deci E. L. The Effects of Contingent and Noncontingent Rewards and Controls on Intrinsic Motivation // Organizational Behavior and Human Performance. 1972. № 8. P. 217–229.
26. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. The Satisfaction With Life Scale // Journal of Personality Assessment, 1985. Vol. 49 (1). P. 71–75. DOI: 10.1207/s15327752jpa4901_13
27. Endicott J, Nee J, Harrison W, Blumenthal R. Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire: A New Measure // Psychopharmacology Bulletin. 1993. № 29. P. 321–326.
28. Inglehart R. Modernization and Postmodernization: Cultural, Economic, and Political Change in 43 Societies. Princeton, New Jersey: Princeton University Press, 1997. 453 r.
29. International Wellbeing Group. Personal Wellbeing Index: 5th Edition. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University, 2013. 39 p.
30. Lyubomirsky S., Lepper H. S. A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation // Social Indicators Research. 1999. Vol. 46. P. 137–155. DOI:10.1023/A: 1006824100041
31. Ryff C. D. Psychological Well-Being in Adult // Current Directions in Psychological Science. 1995. Vol. 4. № 4. P. 99–104. DOI:10.1111/1467-8721.EP10772395
32. Ryff C. D., Singer B. H. Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being // Journal of Happiness Studies. 2008. Vol. 9 (1). R.13–39. DOI:10.1007 / s10902-006-9019-0
33. Russian_WHOQOL-100 // World Health Organization: sajt. URL: <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-100/docs/> (data obrashhenija: 26.12.2023).
34. Seligman M. P. Flourish. A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being. New York: Simon & Schuster, 2012. 372 r.
35. Springer K. W., Hauser R. M. An Assessment of the Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being: Method, Mode, and Measurement Effects // Social Science Research. 2006. Vol. 35 (4). R. 1080–1102. DOI: 10.1016/j.ssresearch.2005.07.004
36. Tennant R., Hiller L., Fishwick R., Platt S., Joseph S., Weich S., Parkinson J., Secker J., Stewart-Brown S. The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS): development and UK validation // Health Qual Life Outcomes. 2007. Vol. 5 (1). R. 63–76. DOI:10.1186/1477-7525-5-63
37. Truchon M., Gilbert-Ouimet M., Zahiriharsini A., Beaulieu M., Daigle G., Langlois L. Occupational Health and Well-being Questionnaire (OHWQ): an Instrument to Assess Psychosocial Risk and Protective Factors in the Workplace // Public Health. 2022. Vol. 210 (1). R. 48–57. DOI:10.1016/j.puhe.2022.06.008
38. Van Dierendonck D. The Construct Validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its Extension with Spiritual Well-being // Personality and Individual Differences. 2004. Vol. 36 (3). R. 629–643. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00122-3
39. Van Dierendonck D., Díaz D., Rodríguez- Carvajal R., Blanco A., Moreno-Jimenez B. Ryff's Six-factor Model of Psychological Well-being, A Spanish Exploration // Social Indicators Research. 2007. Vol. 87 (3). R. 473–479. DOI: 10.1007/s11205-007-9174-7
40. Weiss D. J., Dawis R. V., England G. W., Lofquist L. H. Manual for the Minnesota Satisfaction Questionnaire. Minnesota Studies in Vocational Rehabilitation (Whole № XXII), 1967. 119 r.

Статья поступила в редакцию 20.03.2024; одобрена после рецензирования 12.04.2024; принята к публикации 16.05.2024.

The article was submitted 20.03.2024; approved after reviewing 12.04.2024; accepted for publication 16.05.2024.